

Conférence en français
par Nicolas Coulmy

« Approche scientifique du ski : de la perception à l'action... »

Historiquement, l'entraînement sportif s'est toujours inspiré des deux voies que sont l'empirisme (expériences et connaissances de terrain) et les données scientifiques.

S'interroger sur les relations entre sciences et pratique, c'est s'interroger sur le rapport de la traduction des données théoriques en contenus d'enseignement et d'entraînement.

C'est également s'interroger sur la complexité de la tâche sportive qui repose sur l'idée selon laquelle un système mettant en jeu des facteurs divers constitue un tout qui est différent de la somme de ces facteurs.

Dans une histoire de l'enseignement du ski où la pédagogie du modèle et l'approche analytique ont été omniprésentes, l'apparition d'un concept présentant la discipline comme une entité complexe mais appréhendable par les sensations du skieur est devenue une évidence.

A partir de l'état des connaissances sur la modélisation phénoménologique et sur l'approche biomécanicienne du ski, un « méta-modèle » est proposé.

Celui-ci se veut « simplexe » dans la mesure où il permet de prendre en compte la complexité des phénomènes tout en mettant en avant des principes d'action universels simples.

Dans la pratique, ces principes d'action sont tous mis en relation avec des perceptions kinesthésiques, visuelles et/ou auditives.

La compréhension de ces principes implique non pas des connaissances scientifiques mais un mouvement en intériorité, singulier qui n'appartient qu'à celui qui s'y trouve engagé. Personne ne peut comprendre à la place de quelqu'un d'autre.

La solution technique préexiste ainsi déjà du côté de l'élève ou l'athlète et le moniteur ou l'entraîneur ne sont là que pour favoriser son émergence.

Ainsi, l'élève et son mentor sont au même niveau. Il n'y a pas de prise de pouvoir. L'empathie de chacun peut se développer...



Nicolas Coulmy, Docteur en biomécanique, conseiller technique et pédagogique supérieur pour le ministère chargé des sports français. Ancien athlète et entraîneur, il est actuellement responsable du département sportif et scientifique de la fédération française de ski. Il est également chercheur associé au Laboratoire de Physiologie de l'Exercice de l'université de Savoie. Ses travaux portent sur les contraintes mécaniques et physiologiques dans les disciplines de glisse sur neige. Dans le cadre de ses missions actuelles, il mène également une réflexion sur la relation entre les informations perceptives, le contrôle du mouvement et l'apprentissage du ski.